

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОМ ДЕТСТВА И ЮНОШЕСТВА»  
Г.МАКУШИНО

**СОГЛАСОВАНО**

Методическим советом  
МКОУ ДО «Дом детства и  
юношества» г.Макушино  
протокол № 1  
от « 28 » 08 2017 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МКОУ ДО «Дом детства  
и юношества» г.Макушино  
Тихонова С.Ю.  
« 28 » 08 2017 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)  
ПРОГРАММА**

**«Здоровый образ жизни»**

Для обучающихся: 16-18 лет(4 ступень)  
Срок реализации: 2 года

**Автор-составитель:** Яганцева Наталья Юрьевна  
Педагог дополнительного образования

Макушино  
2017 год

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Здоровый образ жизни
Детское объединение	Здоровый образ жизни
Тип программы	Модифицированная
Направленность деятельности	1. Социально – педагогическая (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»)
Образовательная область	
Срок обучения	2 года
Возраст учащихся	14-18 лет (4 ступень)
Методы освоения содержания образования	
Уровень освоения содержания образования	Среднее
Уровень реализации программы	основное или среднее общее образование
Организации деятельности учащихся	коллективная, групповая, индивидуальная
Продолжительность реализации программы	двухгодичная
С какого года реализуется программа	1 сентября 2016 года

*Забота о здоровье – это важнейший*

*труд воспитателя, от здоровья и жизнедеятельности*

*детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие,*

*красота внешняя и внутренняя.*

*В.А. Сухомлинский.*

### **Пояснительная записка.**

Одним из приоритетных направлений нашего государства и современного образования становится укрепление здоровья нации и особенно подрастающего поколения.

Здоровье подразумевает не только отсутствие болезни и физических дефектов. Это состояние полного физического, психического и социального благополучия. На развитие и состояние здоровья детей оказывают влияние ряд факторов. Одни из них укрепляют здоровье, другие его ухудшают (факторы риска). Последние составляют четыре группы:

- образ жизни (50 % воздействия на здоровье в общей доле влияния факторов риска);
- наследственность (20 %);
- внешняя среда (20 %);
- качество медицинского обслуживания (10 %).

Таким образом, основным фактором, формирующим здоровье обучающегося, является его образ жизни, в который входят следующие составляющие: питание, физическая активность, отношение к вредным привычкам, психологический микроклимат, ответственность за сохранение собственного здоровья.

Здоровье, в свою очередь, является основным фактором, определяющим